

## PERMASALAHAN ANAK PENDEK (STUNTING): PENYEBAB, FAKTOR RESIKO DAN PENCEGAHAN

<sup>1</sup>Erlina Harahap <sup>2</sup>Fatma Suryani, <sup>3</sup>Nikmah Sari Hasibuan, <sup>4</sup>Ahmadi Saleh, <sup>5</sup>Tassya Maisaroh, <sup>6</sup>Lola Lopita, <sup>7</sup>Fiskarina, <sup>8</sup>Elmatiaira

Universitas Muhammadiyah Tapanuli Selatan

[erlina.harahap@um-tapsel.ac.id](mailto:erlina.harahap@um-tapsel.ac.id)

---

**Abstract:** *The issue of short stature in children (stunting) is a significant nutritional challenge encountered globally, particularly in impoverished and developing nations. Stunting poses a problem it correlates with heightened risk of disease and mortality, inadequate brain development which leads to delayed motor skills and impaired cognitive growth. Stunting is a type of growth failure (growth faltering) resulting from buildup of nutritional deficiencies that arise from pregnancy through the age of 24 months. This situation is worsened by the uneven ideal catch-up growth. The findings are analyzed in a qualitative descriptive manner, after which researcher establishes strong relationships with respondents, uncovers precise information, and engages directly with them. The chosen criteria for respondents are families with children between 6 months and 5 years old. The informants include three individuals: the Head, the Midwife, and the Posyandu. The findings of the study regarding the causes and risk factors for short stature (stunting) indicate: 1) Genetics play a role and are unrelated to health issues. In truth, genetic elements play a minor role in an individual's health status when compared to nutrition, environmental factors, and healthcare services. 2) Long chronic nutritional issues stemming from inadequate dietary intake leading to hindered growth in children are a contributing factor to stunted height, causing them to be shorter than their peers of the same age. 3) Limited maternal understanding, incorrect parenting practices, 4) Insufficient healthcare services (Unicef, 1990). 5) Unhealthy sanitation and hygiene conditions. 6) Limited socio economic status, family background in education, particularly low maternal education.*

**Keywords:** *Short child, Stunting, Reason, Risk factors*

**Abstrak:** Masalah anak pendek (*stunting*) merupakan salah satu permasalahan gizi yang dihadapi di dunia, khususnya di negara miskin dan berkembang. Stunting menjadi permasalahan karena berhubungan dengan meningkatnya risiko terjadinya kesakitan dan kematian, perkembangan otak suboptimal sehingga perkembangan motorik terlambat dan terhambatnya pertumbuhan mental. Stunting merupakan bentuk kegagalan pertumbuhan (*growth faltering*) akibat akumulasi ketidakcukupan nutrisi yang berlangsung mulai dari kehamilan sampai usia 24 bulan. Keadaan ini diperparah dengan tidak terimbangnya kejar tumbuh (*catch up growth*) yang optimal. Analisa temuan diuraikan ke bentuk kualitatif deskriptif, selanjutnya peneliti membina hubungan baik dengan responden, menggali informasi akurat, berinteraksi langsung dengan responden. Kriteria responden yang dipilih adalah keluarga yang memiliki anak usia 6 bulan sampai 5 tahun. Sedangkan informan sebanyak 3 orang terdiri dari Kepala Desa, Bidan Desa dan Kader Posyandu. Adapun kesimpulan hasil penelitian faktor penyebab dan resiko terjadinya anak pendek (*stunting*) yaitu: 1) Genetika dan tidak ada kaitannya dengan masalah kesehatan. Kenyataannya faktor genetika memiliki pengaruh kecil terhadap kondisi kesehatan seseorang dibandingkan dengan faktor gizi, lingkungan dan pelayanan kesehatan. 2) Masalah gizi kronis akibat kurangnya asupan gizi dalam jangka waktu panjang sehingga mengakibatkan terganggunya pertumbuhan pada anak menjadi salah satu penyebab tinggi badan anak terhambat, sehingga lebih rendah dibandingkan anak-anak seusianya. 3) Pengetahuan ibu rendah, pola asuh yang salah, 4) Pelayanan kesehatan yang tidak memadai (Unicef, 1990). 5) Lingkungan sanitasi hygiene yang buruk. 6) Status sosial ekonomi rendah, pendidikan keluarga terutama pendidikan ibu rendah. Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi referensi untuk mencegah dan menurunkan faktor resiko stunting di Indonesia khususnya di desa Singali.

**Kata kunci:** Anak pendek, Stunting, Penyebab, Faktor resiko

---

## PENDAHULUAN

Permasalahan anak dengan badan pendek (*stunting*) merupakan salah satu permasalahan gizi yang dihadapi didunia, khususnya di negara berkembang seperti Indonesia. Stunting berdampak serius karena berkaitan dengan peningkatan risiko penyakit dan kematian, perkembangan otak yang kurang optimal, keterlambatan perkembangan motorik, serta hambatan pada pertumbuhan mental. Stunting merupakan bentuk kegagalan pertumbuhan (*growth faltering*) akibat kurangnya asupan nutrisi dalam jangka waktu panjang, terutama sejak masa kehamilan hingga anak berusia dua tahun. Anak yang mengalami stunting dapat diidentifikasi melalui indikator tinggi badan menurut umur (TB/U) dengan standar WHO. Anak dikategorikan stunting jika nilai z-score TB/U-nya kurang dari -2 Standar Deviasi (SD) (Picauly & Toy, 2013; Mucha, 2013). Periode 0-24 bulan merupakan periode kritis yang disebut sebagai "periode emas" karena menentukan kualitas hidup anak di masa depan. Pada masa ini, dampak kekurangan gizi bersifat permanen dan sulit diperbaiki. Oleh karena itu, pemenuhan nutrisi yang memadai selama usia dini sangat penting (Mucha, 2013).

Menurut Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021, stunting didefinisikan sebagai gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badan di bawah standar kesehatan yang ditetapkan oleh Kementerian Kesehatan. Sementara itu,

Kementerian Kesehatan menyebutkan bahwa balita dengan z-score TB/U kurang dari -2.00 SD dikategorikan sebagai stunting, dan jika kurang dari -3.00 SD, masuk dalam kategori stunting parah (*severely stunted*). Gangguan ini memiliki konsekuensi jangka pendek maupun jangka panjang pada pertumbuhan anak yang tidak sesuai dengan standar WHO. Pemerintah Indonesia telah merespons tantangan ini dengan mengeluarkan Peraturan Presiden No. 72 Tahun 2021, yang berfokus pada percepatan penurunan angka stunting di Indonesia. Fokus utama pemerintah dalam menaikkan kualitas masyarakat terutama gizi balita dan anak karena semakin tinggi kasus stunting maka generasi muda tidak bisa memimpin negara dengan cerdas sehingga kualitas anak muda nantinya akan rendah, tertinggal dari negara lain.

Salah satu penyebab utama stunting adalah kurangnya asupan gizi yang diperoleh balita sejak awal kehidupan, dimulai dari masa kehamilan (9 bulan 10 hari) hingga usia dua tahun. Gejala stunting biasanya mulai terlihat pada anak yang menginjak usia dua tahun, dengan ciri tinggi badan yang lebih rendah dibandingkan anak seusianya. Stunting memerlukan perhatian serius karena berdampak pada kehidupan anak hingga dewasa, terutama risiko gangguan perkembangan fisik dan kognitif apabila tidak ditangani dengan bijaksana. Faktor risiko terjadinya stunting berasal dari ibu, anak, maupun lingkungan.

a. Ibu dapat meliputi usia ibu saat hamil, lingkaran atas ibu saat hamil, tinggi ibu,

pemberian ASI ataupun MPASI, inisiasi menyusui dini dan kualitas makanan.

- b. Anak yang dilahirkan dapat berupa riwayat berat badan lahir rendah (BBLR) ataupun prematur, anak dengan jenis kelamin laki-laki, adanya riwayat penyakit neonatal, riwayat diare yang sering dan berulang, riwayat penyakit menular, dan imunisasi balita tidak lengkap sampai 9 bulan.
- c. Lingkungan: Kebiasaan buang air besar di tempat terbuka, kualitas jamban yang buruk, air minum yang tidak steril, dan paparan pestisida secara tidak sengaja.
- d. Status sosial ekonomi: Pendapatan rendah dan rendahnya tingkat pendidikan keluarga, khususnya ibu, turut meningkatkan risiko stunting.

Dalam jangka pendek, stunting berdampak terhadap penurunan kemampuan belajar karena kurangnya perkembangan kognitif. Kesehatan anak juga menjadi penentu kejadian stunting berulang atau berkepanjangan. Masalah diare selama masa kanak-kanak memunculkan risiko stunting (Ricci et al, 2013). Demikian dalam jangka panjang, stunting dapat menurunkan kualitas hidup anak saat dewasa, menurunkan kesempatan mendapat pendidikan dan pekerjaan yang lebih baik. Penelitian tentang permasalahan anak pendek (stunting) khususnya di desa singali walaupun sampelnya kecil patut di waspadai faktor apa saja penyebabnya dan bagaimana solusi dalam pencegahannya. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk mencegah

dan menurunkan angka stunting di indonesia khususnya di desa Singali.

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Berdasarkan pendapat Moleong (2005:6), penelitian kualitatif bertujuan untuk memahami fenomena yang dialami oleh subjek, seperti perilaku, persepsi, motivasi, dan tindakan, secara menyeluruh dalam bentuk kata-kata dan bahasa dengan memanfaatkan metode alami.

Dalam pelaksanaannya, peneliti berperan sebagai instrumen utama penelitian, dengan berusaha membangun kedekatan dan keakraban dengan objek atau subjek yang diteliti. Proses pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, serta dokumentasi.

Analisa temuan diuraikan ke bentuk deskriptif, tahap selanjutnya adalah membina hubungan baik dengan responden dalam menggali informasi yang akurat dan berinteraksi langsung dengan responden. Kriteria responden yang dipilih adalah keluarga yang memiliki anak usia 6 bulan sampai 5 tahun. Sedangkan informan sebanyak 3 orang yang terdiri dari Kepala Desa, Bidan Desa dan Kader Posyandu.

## **HASIL**

Hasil penelitian terkait dengan permasalahan anak pendek stunting, hasil temuan tentang penyebab, faktor resiko, dan pencegahan stunting yang ditemukan di desa Singali akan diuraikan dalam pembahasan mulai dari penyebab, faktor resiko dan pencegahannya uraikan dalam hasil penelitian, tubuh pendek disebabkan oleh kurangnya asupan gizi yang

diterima balita sejak masa kehamilan hingga periode emas kehidupan awal, yaitu dari dalam kandungan selama 9 bulan 10 hari hingga anak berusia dua tahun. Kesadaran ibu terhadap pentingnya memberikan makanan bergizi memiliki peran utama dalam menjaga kualitas asupan gizi anak. Studi menunjukkan bahwa keluarga yang kurang memahami pentingnya gizi memiliki risiko lebih tinggi untuk memiliki anak yang mengalami stunting atau pertumbuhan tubuh pendek. Selain itu, sulitnya akses terhadap layanan kesehatan juga menjadi salah satu penyebab stunting. Sedangkan faktor risiko stunting dari hasil yang ditemukan bahwa, usia ibu saat kehamilan, lingkaran lengan atas ibu, tinggi badan ibu, pemberian air susu ibu, atau makanan pendamping ASI, inisiasi menyusui dini, dan kualitas makanan yang diberikan. Anak, yaitu riwayat berat badan lahir rendah atau kelahiran prematur, jenis kelamin laki-laki, riwayat penyakit neonatal, diare yang sering dan berulang, penyakit menular, serta tidak lengkapnya imunisasi. Lingkungan anak-anak yang tinggal di daerah kumuh memperburuk risiko anak balita tumbuh stunting (Kyu & Shannon, 2013). Sanitasi yang buruk serta keterbatasan akses air bersih akan mempertinggi risiko stunting pada anak. Bila anak tumbuh di lingkungan dengan sanitasi dan kondisi air yang tidak layak, hal ini dapat mempengaruhi pertumbuhannya. Tak kalah pentingnya pencegahan stunting dapat dilakukan melalui pemenuhan nutrisi dan gizi yang memadai bagi ibu hamil dan menyusui, pola makan yang seimbang, pemeriksaan kesehatan rutin, dan

menjaga kebersihan lingkungan. Edukasi dan penyuluhan kepada ibu hamil dan menyusui terkait pola asuh serta pentingnya gizi juga diperlukan. Pemerintah dan masyarakat perlu bersama-sama mendorong penyebaran informasi tentang makanan bergizi yang terjangkau dan sesuai untuk tumbuh kembang anak.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan temuan hasil penelitian tentang anak pendek (stunting) beberapa penyebab dan resiko terjadinya anak pendek (stunting): Faktor keturunan meskipun pengaruhnya kecil dibandingkan dengan faktor gizi, lingkungan, dan pelayanan kesehatan. Kekurangan gizi kronis, yang berlangsung sejak dalam kandungan hingga usia dua tahun, menyebabkan pertumbuhan anak terhambat sehingga lebih rendah dibandingkan anak-anak seusianya. Gejala stunting meliputi wajah tampak lebih muda, pertumbuhan tubuh dan gigi lambat, fokus belajar yang buruk, pubertas tertunda, dan berat badan yang lebih ringan dibandingkan anak seusianya. Penyebab langsung kurangnya asupan makanan dan penyakit infeksi (Unicef, 1990; Hoffman, 2000; Umeta, 2003). Faktor lain meliputi rendahnya pengetahuan ibu, pola asuh yang tidak tepat, sanitasi buruk, serta terbatasnya akses pelayanan kesehatan (Unicef, 1990). Masyarakat seringkali tidak menyadari bahwa stunting pada anak bukan semata-mata disebabkan oleh faktor genetika, melainkan akibat kurangnya asupan gizi yang memadai. Anak dengan tubuh pendek sering dianggap normal karena memiliki aktivitas yang sama seperti anak lainnya, berbeda dengan anak yang terlihat kurus yang biasanya langsung dianggap memerlukan penanganan segera. Hal serupa juga terjadi pada pemahaman tentang pentingnya gizi selama kehamilan. Banyak orang belum menyadari bahwa asupan gizi ibu hamil sangat berpengaruh terhadap status gizi bayi yang akan dilahirkan. Selain itu, risiko stunting juga meningkat pada

anak yang lahir dengan riwayat berat badan lahir rendah atau prematur yang dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangannya. Lingkungan yang buruk, air minum tidak steril, dan sanitasi yang tidak layak. Hasil analisis diharapkan dapat menjadi bahan pemikiran bagi kader stunting maupun perangkat Desa Singali dalam menurunkan stunting demi masa depan generasi bangsa Indonesia yang lebih baik

### SIMPULAN

Stunting perlu dicegah dan ditangani sesegera mungkin karena dapat menyebabkan berbagai dampak yaitu kegagalan pertumbuhan, gangguan perkembangan kognitif dan motorik, keberhasilan pendidikan, dan tidak optimalnya ukuran fisik tubuh serta gangguan metabolisme yang dapat menurunkan kualitas hidup anak di masa depan. Jika tidak diatasi, stunting dapat berdampak permanen pada kapasitas intelektual, struktur otak, dan produktivitas individu saat dewasa, sehingga memengaruhi kualitas sumber daya manusia. Kerja sama antara pemerintah, swasta, dan masyarakat sangat diperlukan untuk mengurangi angka stunting dan meningkatkan masa depan anak-anak Indonesia.

### UCAPAN TERIMA KASIH (OPSIONAL)

Peneliti ucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses penulisan. Tak lupa peneliti ucapkan banyak terima kasih telah meluangkan waktu untuk memberikan informasi yang dibutuhkan kepada informan (Kepala Desa, Bidan Desa, Kader Posyandu) atas kesediaan waktu, saran dan masukannya sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik.

### DAFTAR RUJUKAN

Mitra, (2015). *Permasalahan Anak Pendek (Stunting) dan Intervensi untuk Mencegah Terjadinya Stunting*.(Suatu Kajian Kepustakaan) Stunting Problems and Interventions to Prevent Stunting (A Literature Review). Jurnal Kesehatan Komunitas, Vol 6

Marina, Lusya, Endah, (2024). *Keadaan dan Penanganan Stunting di Indonesia*. Vol 8 No 2 Ikraith-Humaniora..

Nur Oktia Nirmalasari, (2020). *Stunting Pada Anak: Penyebab dan Faktor Resiko Suinting di Indonesia*. ISSN: 2086-3357 (p); 2540-9182 Vol. 14, No. 1 (2020), hal.19-28,doi: 10.20414/Qawwam.v14i1.2372. <http://journal.uinmataram.ac.id/index.php/qawwam>.

Farah, Ninna, Mury . (2015). *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Stunting pada Anak Balita di Wilayah Pedesaan dan Perkotaan (The Factors Affecting Stunting on Toddlers in Rural and Urban Areas)*. E Jurnal Pustaka Kesehatan, Vol 3 (No1)

Winkel, W. S., & Hastuti, M. S. (2005). *Bimbingan dan Konseling di Institusi Pendidikan*. Media Abadi.

King, L. A. (2012). *Psikologi Umum : Sebuah Pandangan Apresiatif Buku 2*. Jakarta: Salemba Humanika.

Lexy, J. M. (2000). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT Remaja